

Вознюк А.В. Информационная концепция здоровья личности // Акмеология 2013. Методологические и методические проблемы. Выпуск 22 / Под ред. Н.В. Кузьминой, Е.Н. Жариновой. – СПб.: Из-во "Центр стратегических исследований", 2013. – С. 37-46.

Вознюк Александр Васильевич,
кандидат педагогических наук, доцент, докторант кафедры
педагогики, Житомирский государственный университет имени
И.Франко, Украина
alexvoz@ukr.net

ИНФОРМАЦИОННАЯ КОНЦЕПЦИЯ ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ

Представлена имеющая комплексный междисциплинарный характер информационная концепция здоровья личности, базирующаяся на концепции функциональной асимметрии полушарий головного мозга человека и информационной теории эмоций. На этой основе обосновываются как принцип самодетерминизма личности как свободной сущности, так и философско-психологическая онтология человека и человеческой цивилизации.

Б.Г. Ананьева можно считать одним из основателей отечественной медицины, поскольку он вошел в большую науку через ворота рефлексологии В. М. Бехтерева. Будучи студентом Горского педагогического института (Владикавказ), Б. Г. Ананьев вступил в педологический кружок рефлексолога Р.И. Черановского, под руководством которого будущий ученый проводил свои первые эксперименты. Следующей вехой научной биографии Б.Г. Ананьева был Институт мозга в Ленинграде, куда в 1927 году он приехал с целью прохождения преддипломной практики. В Институте мозга, центре рефлексологической школы В.М. Бехтерева, Б.Г. Ананьев прошел путь от аспиранта до руководителя отдела психологии. Можно сказать, что главные идеи Б. Г. Ананьева кристаллизовались в Институте мозга под влиянием научных традиций, заложенных М.В. Бехтеревым. Речь идет

главным образом о традиции целостного – комплексного и междисциплинарного – подхода к проблеме личности.

Данный подход позволяет рассматривать здоровье личности с позиции интегрального подхода, предполагающего синтез психологических (духовно-ценностных) и физиологических (соматических, телесных) аспектов здоровья, когда духовное и материальное представлено в органическом единстве [4–5].

Интегральный подход позволил нам сделать вывод о том, что здоровье личности реализуется на психо-информационном уровне человеческого бытия. Данный вывод проистекает из понимания ***здоровья как гармоничного состояния человека.***

Гармония с контексте философской и психологической мысли представляет собой целостность, то есть синтез всех психофизиологических составляющих человека, единство физического и психического, состояние, которое объединяет мысли и действия их носителей, а также интегрирует в себе все многочисленные дихотомии нашего существования, такие, как моральное и фактологическое, аффект и интеллект, чувства и мысли, внутреннее и внешнее, индивидуально-личностное и социально-историческое.

Гармонию можно понимать не только как цель динамики (онто- и филогенетической эволюции), но и статики (системы) человека.

Поэтому гармония как принцип целостности является той категорией (понятием, состоянием), которая в наиболее обобщенном виде выражает не только цель, но условие, а также истоки любого существования.

Состояние гармонии человека как целостного существа обнаруживается в рамках такого явления, которое, во-первых, служит системоформирующим фактором для человека как целостной системы, и во-вторых, выполняет роль главного регулятора человеческого поведения.

Есть все основания утверждать, что такой регулятор актуализируется на базе *функций полушарий головного мозга человека*, о чем еще в 60 годы XX столетия писал Б. Г. Ананьев и что сейчас трудно оспорить. Как свидетельствуют исследования, полушария можно рассматривать психофизиологическим фокусом человеческого организма, поскольку с их функциями прямо или косвенно связаны такие стороны человеческого существа, как

энергетическая и информационная регуляция поведения [1], механизмы целеположения и поиска (выбора) способов достижения цели [11], эмпатия и рефлексия, экстраверсия и интроверсия, произвольная и непроизвольная сферы психической деятельности, первая и вторая сигнальные системы, сила и слабость нервных процессов, их лабильность и инертность, возбуждение и торможение, "Я" и не-"Я", сознание и подсознание, эрготропные и трофотропные функции организма, симпатическая и парасимпатическая ветви вегетативной нервной системы и др. [2; 7, с. 44–53, 138].

Нужно отметить, что в онто- и филогенезе живого существа наблюдается постепенный рост полушарной асимметрии, наибольшее выражение которой достигается в зрелом возрасте. Потом полушарная асимметрия постепенно нивелируется, обнаруживая состояние функционального синтеза полушарий, когда пожилой человек, обогащенный жизненным опытом, в сущности превращается в ребенка с его пластичной психикой и непосредственностью восприятия мира (что выступает, в известной мере, акмеологичным идеалом).

Можно сказать, что развитие человека проходит от правополушарного, подсознательного аспекта психики (у младенца оба полушария функционируют как единое целое в основном по принципу правого полушария) к левополушарному (сознательному), а от него – к функциональному состоянию полушарного синтеза.

Проведенный анализ позволяет укрепить вывод о триадной природе человека (дух, душа, тело), которая обнаруживается на уровне механизмов познания человеком мира: как полагает Ю. А. Урманцев, существует три типа постижения бытия человеком: чувственный (то есть правополушарный), рациональный (то есть левополушарный) и медитативный [12]. Как свидетельствуют энцефалографические исследования, медитативное (творческое) состояние проистекает из функционального синтеза, гармонии полушарий, когда их работа в психофизическом смысле согласуется [14].

Соответственно, существуют три способа, или уровня, отражения и освоения человеком действительности: 1) конкретно-чувственный, эмоционально-образный, правополушарный, подсознательный; 2) абстрактно-логический, теоретический,

левополушарный, сознательный; 3) парадоксально-медитативный, творческий, диалектический, сочетающий две полярные стратегии отражения и освоения действительности – художественную и мыслительную.

Эта триадная структура процесса познания находит отражение в исследованиях П. В. Симонова, который рассматривал три модуса человека – сознательный, подсознательный и сверхсознательный [11, с. 73].

Изложенное выше позволяет по-новому понять онто- и филогенетическую динамику полушарий, которая обнаруживает движение от *подсознательного* (правополушарного) к *сознательному* (левополушарному) аспекту психической деятельности, а от него – к их синтезу и выходу на уровень *сверхсознательного* (К. С. Станиславский, В. П. Симонов) как креативного статуса человека, характеризующегося состоянием *единства противоположностей*, которое С.Б.Церетели называл Истиной, и которое на уровне психического отражения действительности реализуется в феномене дипластии – способности человеческого мышления совмещать в одном жизненном контексте взаимоисключающие друг друга вещи [2, с.140].

Дипластия как парадоксальная двойственность в психологии реализуется в виде категорий *бисоциации* (или бисоциативности, которая, в отличие от ассоциативности, является способностью человека к созданию абсолютно новых, нетривиальных связей – это соединение того, что никогда еще не было соединено через интеграцию нескольких элементов и формирование из них новой целостности), *парадоксальном* (многозначном, сумеречном) *мышлении*, *энантисемии* (двойственность, парадоксальность смыслов), *"операциональной интеграции"*, амбивалентности. Амбивалентность личности выступает свойством (а также и условиями существования), которое реализуется в процессе сосуществования равных по потенциальности и неприемлемых противоположных желаний, чувств, мыслей, действий, аттитюдов по отношению к внешнему или собственному, внутреннему миру, что на функционально-феноменологическом уровне закрепляется в мотивационной, аффектной и поведенческой сферах человека.

Отмеченная амбивалентность проистекает из асимметрии полушарий головного мозга человека (и, соответственно,

асимметрии сознания и подсознательного), которые выступают в известном понимании функциональными антагонистами.

Именно постулируемый П. В. Симоновым **принцип сверхсознательного** (на уровне которого антагонистические полушарные стратегии познания мира уравниваются и гармонизируются) выступает системным свойством целого – новым эмерджентным свойством, не присущим целостному человеку, как детерминируемому (несвободному) существу. Именно на уровне данного сверхсознательного реализуется механизм свободы человеческой личности, выступающий одной из главных проблем современной науки. Как отмечает Р.Б.Калмыков, традиционный линейный детерминизм в свое время цинично отстранился от решения телеологической проблемы, так до сих пор и не смог решить проблему свободной воли, что нашло отражение в антиномиях Канта. Остались непряснены особый причинный и онтологический статус автономных предметов природы, причинная подоплека активности и самоорганизации живых организмов, базис особой частной онтологии человека, ключевой принцип основных приводных механизмов его физиологии, психики и сознания. Все эти проблемы с новой силой сегодня акцентируются синергетикой, что делает все более острой необходимость подвергнуть детерминизм существенной доработке [8].

Таким образом, личность человека как, по определению, свободная и самодетерминированная сущность, может быть таковой в сфере сверхсознания – системного свойства целого, то есть человека как системы, выступающей несвободной, детерминируемой сущностью. В данной, говоря языком синергетики, сверхсистемной, нададдитивной сфере сверхсознания преодолевается детерминистская природа человека, выступающего одним из элементов Вселенной, в которой все взаимосвязано со всем на основе бытийного принципа "тотального детерминизма".

Именно на уровне данного детерминизма человек предстает пред нами как зависимое от внешней среды, несвободное, а поэтому страдающее и болеющее существо. Болезнь в данном случае можно рассматривать как фактор этой зависимости.

Данный вывод коррелирует с выводами **информационной теории эмоций** П.В.Симонова. Эмоции, как известно, есть особый класс психических процессов и состояний, связанных, так или иначе, со всеми проявлениями человеческой психики, сопровождающих практически все проявления активности субъекта

и отражающихся в форме непосредственного переживания. Эмоции выступают одним из главных механизмов внутренней регуляции психической деятельности и поведения, направленных на удовлетворение актуальной потребности. В этом проявляется информационная функция эмоций, согласно П.В. Симонову, который экспериментально показал, что эмоция это функция информации, то есть эмоция – реакция организма на недостаток информации о той или иной актуальной жизненной ситуации, связанной с удовлетворением потребностей человека [10].

Исходя из *информационной теории эмоций*, согласно которой человеческие эмоции проистекают из недостатка актуальной информации об окружающем мире, можно утверждать, что дефицит информации о внешнем мире есть выражение ситуативной неопределенности (что порождает у человека состояние неуверенности в сегодняшнем и завтрашнем дне). Такая неопределенность вызывает эмоциональные реакции, могущие породить фрустрации и стрессы – главный бич нашего существования, если данные стрессы приобретают хронический характер, когда, как показали исследования, хронические стрессы приводят к преждевременному старению организма [13, с. 118]. К этому же результату приводит и злость как элемент стресса: ученые США и Великобритании установили, что злоба и враждебность значительно ускоряют процесс старения человеческого организма.

Экспериментально показано, что негативные эмоциональные реакции, а также связанные с ними психофизиологические состояния и поведенческие аттитюды (такие, например, как ложь, неискренность, злость, ненависть, зависть и др.), проистекают из стрессогенной модели поведения и мировоззрения, которая подрывает здоровье человека, поскольку снижает его энергетический тонус [3].

При этом большая неопределенность мира рождает, согласно В. Франклу, сенсогенный невроз (стресс), вызывающий страдания человека из-за отсутствия смысла (связывающего вещи воедино и уменьшающего информационную неопределенность реальности). А серия малых неопределенностей рождает серию непрекращающихся стрессов, на которые наш организм реагирует отдачей энергии (эмоций), что "обесточивает" нашу жизнь, делает ее болезненной юдолью страданий.

В связи с этим существенным может явиться вывод о том, что

неопределенность, которая выступает функцией эмоций, играет первую скрипку в системе социальных иерархий живых существ. Известно, что существа с большей эмоциональной возбудимостью испытывают больший страх (у пугливых детей более высокий средний уровень возбуждения нервной системы [9, с. 53]), поскольку отдают предпочтение сигналам с высокой степенью определенности, а неопределенные (стрессорные) сигналы социальной среды вызывают у них состояние стресса.

По этой же причине существа, занимающих верхние ступени социальной иерархии, характеризуются низким уровнем развития адаптационных механизмов, в том числе и на гормональном уровне. Иными словами, лидеры не приспособливаются к внешней среде, но приспособливают ее к себе, что, в силу их невысокого эмоционального тонуса, проистекает из их высокой способности реагировать на информационную неопределенность (на "тонкие", сложные, низкочастотные информационные сигналы), которая не вызывает у лидеров состояния стресса и не активизирует адаптационные механизмы: если в клетки, помещенные рядом, посадить двух незнакомых и реагирующих друг на друга крыс-самцов, то через некоторое время в силу адаптационного стресса тот из них может умереть, у которого более активен приспособительный тонус организма (см.: также знаменитый опыт с овцой и волком, помещенных рядом).

Существует **продуктивный механизм полного снижения информационной неопределенности среды существования человека**, не связанный с многочисленными механизмами психологической защиты – вера в Высший Разум (Абсолют) как убежденность человека в наличие Абсолюта как творческого, вседержашего, всесодеждающего и гармонизирующего начала реальности. Это вера в предустановленную Абсолютом гармонию и справедливое устройство мира, управляемого и направляемого Высшей волей, которая все держит под контролем, когда "ни один волос с головы человека" не упадет без этой воли.

Данная вера выступает мистическим чувством убежденности в существование наряду с видимым, осязаемым и невидимого, – неосязаемого, виртуального, потенциально-возможного, воображаемого, то есть это единство актуально-действительного и потенциально-возможного (правополушарного и левополушарного психических модусов). Это, в свою очередь, предполагает

возможность человека существовать в поле единства потенциального и актуального, настоящего, прошлого и будущего, материального и идеального, жизни и посмертия.

Данный процесс выступает естественной канвой человеческой жизни: если принять во внимание, что правое полушарие функционирует в настоящем времени с направленностью в прошлое, а левая – в настоящем времени с направленностью в будущее, то можно утверждать, что развитие человека естественным образом идет от прошлого к будущему, а от него – к синтезу прошлого и будущего, когда пространственно-временная дихотомия бытия нивелируется и человек освобождается от извечного "проклятия Кроноса", когда актуальная и потенциальная реальности интегрируются, а бытие человека и культурные формы освоения мира заметно обогащаются. Человек же предстает как духовное существо, которое, согласно библейскому выражению, преисполнено веры и "невидимое воспринимает как видимое и действительное".

Вера как способность воспринимать Абсолют, который, будучи трансцендентной, внемировой сущностью, требует развитие в человеке внемировых же форм Его восприятия (и познания) – то есть парадоксально-мистического, многомерного, диалектического мышления (соединяющего полушарные стратегии познания мира), которое, в отличие от линейно-одномерного, "черно-белого", однозначного мышления, открыто неопределенности, бесконечности, парадоксу, а значит и Богу, как "неистощиму и парадоксальному таинству" (О.Клеман).

Верующий в высшую справедливость человек значительно снижает стрессогенный характер социального бытия, кристаллизуя фундаментальный оптимизм и обнаруживая отменное здоровье, что подтверждается наблюдениями В. Джеймса, который в книге *"Многообразие религиозного опыта"* приводит примеры людей, коренным образом изменившие систему ценностей благодаря тому, что поверили в Бога, в высшую гармонию и справедливость.

Данные выводы выражают главный аспект информационной концепции здоровья человека, согласно которой информация как мера неопределенности выступает фундаментальным фактором стрессов, а следовательно, и болезней.

Можно сказать, что эмоция как реакция на информационную неопределенность есть выражение ситуации, когда потребность

человека удовлетворяется не автоматически, когда сам процесс удовлетворения потребности встречается с проблемами. Следует сказать, что эмбриональный организм, находящийся в материнской утробе, удовлетворяет свои потребности безпроблемно – автоматически, симультанно (мгновенно), поскольку составляет с организмом матери единое органическое целое. Следует предположить, что в этом случае процесс удовлетворения потребностей эмбриона не сопровождается эмоциональными реакциями.

В тот момент, когда живое существо появляется на свет, наблюдается утрата этим живым существом непосредственной органической связи с материнским организмом. Теперь уже потребности родившегося удовлетворяются с некоторой задержкой, утрачивается автоматический характер их удовлетворения. В данном случае между временной и пространственной точкой актуализации потребности и точкой ее удовлетворения обнаруживается некий пространственно-временной интервал, заполняемый элементами действительности, в которую, благодаря механизмам адаптации, погружается родившийся организм. Восприятие данного интервала в совокупности некой последовательной структуры элементов, его составляющих, следует полагать, и создает чувство времени, а интериоризация этого интервала получает идеальную репрезентацию в сфере психики и, собственно, кристаллизует психические функции.

Впоследствии данный интервал между моментами актуализации потребности и ее удовлетворения (вместе с развитием потребностной сферы) расширяется до границ "объективной реальности", "данной человеку в его ощущениях", которую можно назвать человеческой цивилизацией, включающей и космопланетарную среду ее существования.

Итак, реальность, которая есть суть человеческая цивилизация, как форма и способ существования человека, представляет собой упомянутый выше интервал, который сам по себе уже несет чувство времени как "промежуток между сейчас и тогда", который, как пишет Ф.Перлз, есть выражение фундаментальной тревоги человеческого бытия (библейского "проклятия").

Возникшее чувство времени есть отражение интервала, который в данном случае представляется информационной сущностью, выражающей вероятностную перспективу

удовлетворения потребностей и одновременно порождающей эмоциональную реакцию на эту перспективу.

Можно сказать, что цивилизация есть совокупность "полей" вероятности удовлетворения потребностей. А окружающий мир представляется актуальным (существующим) для человека в том своем аспекте, который выражает проблемный (информационный) характер удовлетворения потребностей. В целом, следует признать, что мир есть информационная неопределенность, на которую человек реагирует эмоционально и преодоление которой в виде жизненной активности формирует социально-поведенческие, мыслительные психические матрицы (структуры), являющиеся сутью *Homo sapiens*.

Таким образом, мы живем в вероятностном мире, в котором протекающие события характеризуются той или иной степенью вероятности, то есть информативности: высокочастотные, повторяющиеся события несут в себе минимум информации, в то время как информационная "емкость" редких, нетривиальных, маловероятных событий высока.

Можно сделать вывод, что чем более неопределенной в плане осмысления и понимания является для человека окружающий его мир, тем более эмоциональное и проблемное он предстает перед ним.

В связи с этим можно сделать другой важный вывод: существует **универсальный критерий нравственной оценки человека**, связанный с его отношением ко всеобщему смыслу бытия и к тезису о справедливости мира. Если человек понимает и принимает реальность как целесообразное и справедливое мироустройство – он любые факты будет рассматривать под этим углом зрения, и особенно ему будет импонировать информация, выражающая всеобщие – органичные, гармоничные, смыслокристаллизующие – связи, в том числе и связи между явлениями нерядоположными, относящимися к разным и часто противоположным аспектам реальности. Такое мирозерцание предполагает наличие парадоксально-диалектического, творческого, целостного миропонимания, не боящегося противоречий и отмечающего **одномерно-однозначную стратегию познания**, реализующую, как писал Виктор Франкл, шизоидный вектор развития человека, который в своем воображении и мышлении атомизирует и расщепляет мир, разделяет его черное и

белое, на своих и чужих. Такой шизоидный строй сознания Макс Вебер назвал математически ориентированным, дробящем реальность на фрагменты мышлением, изгоняющим смысл из нашей жизни и базирующимся на шизоидном идолопоклонническом отношении к технике, что приводит к омертвлению человеческой души.

В противовес этому *понимание мира как органичного целого* предполагает привлечение категории *Абсолюта*, через ценностно-мировоззренческую, гносеолого-онтологическую призму которого только и возможно воспринимать мир как целостный, гармоничный, многомерный и лучший из всех возможных миров, ибо наш мир, устроенный по антропно-рефлексивному принципу, иницируется человеческим отношением к этому миру: как писал Артур Шопенгауэр, мир есть зеркало, и если в него смотрит осел, он сможет увидеть там только осла. Предложенный критерий оценки развития нравственного сознания человека в известном смысле выступает *всеобщим водоразделом*, дифференцирующим человеческие существа на тех, которым "когда Бога нет, то все дозволено", и на людей, которым дозволено только то, что входит в контекст Божественного промысла. Данный критерий, выступающий лакмусовой бумагой для определения ценностно-мировоззренческой ориентации человека, позволяет судить о ней по его реакции на специфическую (критериальную) информацию – информацию о смысле как *цели* и *целом*.

Если *смысл* определить как *логику-семантическую связь* (единство) по меньшей мере двух сущностей (понятий, категорий, предметов, фактов, явлений, принципов и др.), и если эти сущности отличаются друг от друга (в противном случае они были бы идентичны и находить между ними связь было бы излишним), а это отличие в его наибольшем выражении приобретает вид противоположности, то наивысший, краеугольный смысл человеческого существования состоит в соединении наиболее всеобщих, глобальных и одновременно наиболее отличающихся (противоположных) друг от друга сущностей. Таковыми сущностями, без сомнения, являются *человек* и *Бог* (менее глобальные всеобщие смыслы обнаруживаются в соединении таких противоположных гностико-онтологических бездн, как бытие и небытие, сознание и материя, прошедшее и будущее, жизнь и смерть...), то есть тварное и божественное. Таким образом, высший смысл человеческого существования заключается в *соединении*

человека и Бога, что получает соответствующую реализацию на ценностно-мировоззренческом, социально-познавательном и практико-поведенческом уровнях. В этом ракурсе понимания проблемы здоровья действенным механизмом его поддержания выступает регулярная благодарность человека Богу, Который создал человека из "праха", из "ничто", открыв ему перспективу подъема в трансцендентальную сферу Божественного.

Список литературы:

1. Ананьев Б. Г. Билатеральное регулирование как механизм поведения // Вопросы психологии. – 1963. – № 5. – С. 84–96.
2. Брагина Н. Н., Доброхотова Т. А. Функциональные асимметрии человека. – М.: Медицина, 1988. – 288 с.
3. Вайнцвайг П. Десять заповедей творческой личности. – М.: Прогресс, 1990. – 192 с.
4. Вознюк А.В. Интегральная концепция соматического и духовного здоровья личности: монография / под ред. А. А. Дубасенюк. – Житомир: Изд-во ЖГУ им. И. Франко, 2013. – 716 с.
5. Вознюк А.В. Одаренный ребенок и вредные привычки // Одаренный ребенок. Научно-практический журнал. – 2011. – № 2. – С. 146-152.
6. Вознюк А.В., Интегральная концепция соматического и духовного здоровья личности // «Академия Тринитаризма», М., Эл № 77-6567, публ.18113, 26.07.2013
7. Голубева Е. А. Индивидуальные особенности памяти человека. – М.: Педагогика, 1980. – 151 с.
8. Калмыков Р.Б. Синергетика – двигатель модернизации детерминизма // <http://www.synergetic.ru/science/sinergetika-dvigatel-modernizacii-determinizma.html>
9. Развитие личности ребенка: Пер. с англ. /Обл.ред. А.М. Фонарева. – М.: Прогресс, 1987. – 272 с.
10. Симонов П. В. Мотивированный мозг. – М.: Наука, 1987. – 270 с.
11. Симонов П. В., Ершов П. М. Темперамент, характер, личность. – М.: Педагогика, 1984. – 160 с.
12. Урманцев Ю. А. О формах постижения бытия // Вопросы философии. – 1993. – № 4. – С. 89–105.
13. Фролькис В.В. Старение и увеличение продолжительности жизни. – Л.: Наука, 1988. – 239 с.

14. Murphy M., Dobovan S. Contemporary meditation research. – San Francisco, Esalen Institute Press, 1985. – P. 34–40.

Voznyuk A. V., candidate of pedagogical sciences, assistant professor of pedagogy chair, Zhitomir Ivan Franko State University, Ukraine

Information concept of personality health.

The article deals with complex and interdisciplinary information concept of person's health based on the concept of functional asymmetry of the hemispheres of the human brain and the theory of emotions. On this basis it is substantiated the principle of self determination of human personality being free entity as well as the philosophical and psychological ontology of the man and of human civilization.